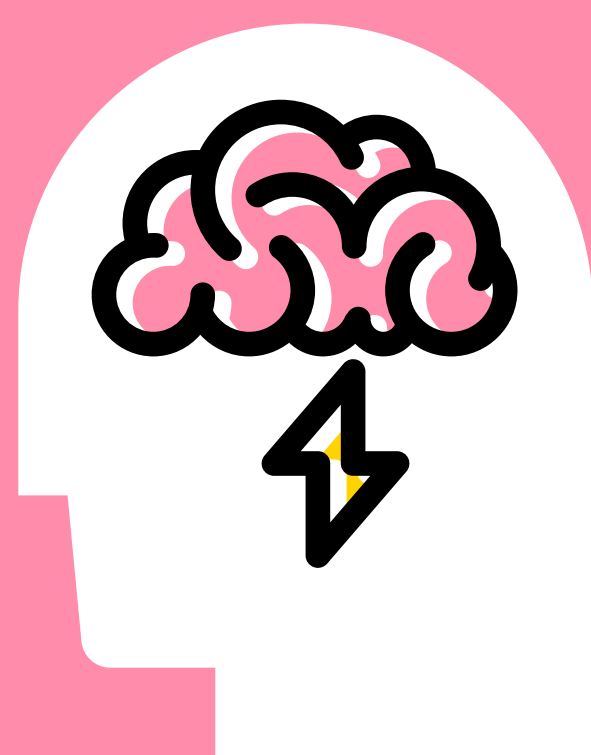




40 DICAS PARA estimular CRIATIVIDADE



Crie um quadro de
inspiração



Saia mais



Faça rascunhos



Experimente



Socialize



Aprenda algo
novo



Leia livros



Use post its



Quebre sua rotina



Cerque-se de pes-
soas criativas



Viaje



Adote um novo
hobby



Desafie-se



Faça listas



Medite



Busque feedbacks



Ouçá música



Assista filmes



Escreva suas
ideias



Não se compare
aos outros



Questione



Desative as dis-
trações



Desapegue-se do
medo



Seja curioso



Faça anotações



Faça intervalos



Permita-se come-
ter erros



Durma bem



Limpe seu local
de trabalho



Faça uma cami-
nhada



Saia da sua zona
de conforto



Não se preocupe
com lógica



Não edite enquan-
to cria



Alimente sua au-
toconfiança



Evite pessoas que
te desencorajam



Faça exercícios



Use mapas men-
tais



Observe por dife-
rentes perspectivas



Faça brainstor-
mings



Pratique, não de-
sista!